

## **ВІДБІР ТА МЕТОДИКА НАВЧАННЯ ФУТБОЛІСТІВ НА ПОЧАТКОВОМУ ЕТАПІ ПІДГОТОВКИ**

*В статті розкриваються основні положення теорії індивідуалізації занять з юнаками 17-18 років, які займаються футболом. Встановлено, що найбільш доцільним для оптимізації процесу підготовки юних футболістів є підбір адекватних індивідуально – вікових методик. Визначено основні напрямки в вирішенні даного питання.*

**Ключові слова:** індивідуалізація, багаторічна підготовка, юні футболісти, фізична та тактико – технічна підготовка.

**Билоконь В. П. Отбор и методика обучения футболистов на начальном этапе подготовки.** В статье раскрываются основные положения теории индивидуализации занятий с юношами 17 – 18 лет, которые занимаются футболом. Определено, что наиболее целесообразным для оптимизации процесса подготовки юных футболистов является подбор адекватных индивидуально – возрастных методик. Определены основные направления в решении данного вопроса.

**Ключевые слова:** индивидуализация, многолетняя подготовка, юные футболисты, физическая и тактико-техническая подготовка.

**Bilokon V. The selection and methodology of learning football – players on an initial stage of training.** This article considers the main principles of the theory of individualization of lessons with the youths at the age of 17 – 18 which go in for football. It is determined that the most expedient for optimization of training of young football – players is the selection of adequate individual and aged methods. The main trends at solving this task are determined. In recent years essential changes are taken place at the system of preparation of football – players which is highlighted first of all at an introduction into a practice of educational and training work scientifically based methods of learning and improving technique and tactics of game. Teams of high grade use training equipment, special apparatus, technical means of information which promote to increase effectiveness of training. The methods of medical and pedagogical control for state of health, level of training and preparation of football – players to competitions are widely used. Many tutors of the teams use worth while these data for a correction of current and necessary plans of work. The number of the teams which have at their disposal effective means of accelerating recovering after stressed lessons and games is increased.

The activity of tutors of the teams at upbringing work with sportsmen is increased which is led to decreasing number of infringement of discipline as well as to increasing level of education of various football – players. The more attention is paid to a preparation of high skilled reserves of native football. The number of specialized football classes, schools is increased. The experienced trainers having special education, large sport standing work with the youthful football – players. The conditions for systematical improving qualification of the trainers as well as for improving their knowledge are being created. The special literature on a preparation of young football – players is published. But we have to underline that all of these trainers of the teams, special football schools and classes, groups of preparation until now do not provide sufficient fresh reserves to the leading clubs of the country. The separate football – players which are pupils of clubs at the age of 17 – 18 appear at the main staff of the teams of masters.

**Key words:** individualization, training of long standing, youth football – players, physical and tactical and technical training.

**Актуальність.** Останніми роками відбулися значні зміни в системі підготовки футболістів, що виявилось перш за все у впровадженні в практику учбово-тренувальної роботи науково обґрунтованих методів навчання і вдосконалення в техніку, тактику гри. У командах високого класу знаходять застосування тренажери, спеціальні пристосування, технічні засоби інформації, що дозволяють підвищити ефективність тренувань. Широко використовуються методи лікарсько-педагогічного контролю за станом здоров'я, рівнем тренуваності і готовності футболістів до змагань. Багато наставників команд уміло застосовують ці дані для коректування поточних і оперативних планів роботи. Збільшується кількість команд, що мають в своєму розпорядженні ефективні засоби прискорення відновлення після напружених занять і ігор [1.5.8.9. 11].

Значно зросла активність наставників команд у виховній роботі із спортсменами, що привело до зменшення кількості порушень дисципліни, підвищення рівня освіченості футболістів всіх рангів [3.4]. Все більше значення надається підготовці висококваліфікованих резервів вітчизняного футболу. Росте кількість спеціалізованих футбольних класів, шкіл. До роботи з юними футболістами притягуються досвідчені тренери із спеціальною освітою, великим спортивним стажем. Створюються умови для систематичного підвищення кваліфікації тренерів, поглиблення їх знань. У країні видається спеціальна література по підготовці молодих футболістів. Та все ж доводиться констатувати, що численна армія тренерів клубних команд, ДЮСШ,

спеціалізованих шкіл і класів, груп підготовки поки не забезпечує достатньої притоки свіжих сил, повноцінного резерву у ведучі клуби країни. Лише одиниці з вихованців клубів 17-18-річного віку виступають в основних складах команд майстрів [2.6.7.10].

#### **Мета дослідження**

Метою нашого дослідження стали теоретичні передумови вирішення проблеми відбору до занять футболом. На основі аналізу науково – методичної літератури, спостережень, власного практичного (ігрового) досвіду запропоновані методи прогнозування і оцінки здібностей футболістів підліткового віку до специфічної діяльності.

Були поставлені наступні конкретні **завдання**:

1. Проаналізувати і узагальнити літературні дані по темі дипломної роботи з метою вивчення даної проблеми.
2. Виявити передумови до визначення здібностей футболістів підліткового віку.
3. На підставі аналізу науково – методичної літератури дати рекомендації по прогнозуванню здібностей у футболістів.

**Методи дослідження:** аналіз і обґрунтування даних літератури; педагогічні спостереження; опит фахівців.

#### **Аналіз і обґрунтування літературних даних**

Аналізувалися джерела вітчизняних авторів і авторів країн СНД.

Основою нового підходу до навчання спортивним умінням, ранньої орієнтації і прогнозування можуть послужити досягнення оздоровчої орієнтації.

**Педагогічне спостереження** Педагогічне спостереження потребує від дослідника (окрім звичної методичної підготовки) глибокого розуміння педагогічного процесу, своєрідного педагогічного мислення, інтуїції, які дозволяють „не тільки дивитись, але й бачити”.

Розробка методики спостереження в даній роботі направлена на те, щоб шляхом різноманітних технічних прийомів зменшити суб'єктивність оцінки, явищ та фактів, які спостерігаються.

**Бесіди** проводилися у вигляді питань і відповідей. При аналізі яких – небудь явищ, процесів і подій широко використовувався різновид бесіди.

**Анкетування** - за допомогою даного методу ми мали можливість отримати інформацію, закладену в словесних повідомленнях опитуваних.

#### **Методи прогнозування і оцінки здібностей до занять футболом**

Первинним критерієм, що визначає придатність дітей і підлітків до занять футболом, є відсутність у них патологічних відхилень в стані здоров'я. Виявити їх можуть і повинні фахівці шляхом **лікарського контролю**. Завдання, зміст і методика обстеження юних спортсменів у зв'язку з відбором дітей до занять деякими видами спорту вельми кваліфіковано викладені фахівцями в області спортивної медицини і лікарського контролю. Зважаючи на специфіку футболу, ми визнали доцільним звернути увагу тренерів на серйозне відношення до організації лікарських досліджень. Завдання лікарського обстеження на першому (попередньому) етапі відбору полягає в тому, щоб до участі в конкурсних випробуваннях, змаганнях допускалися здорові діти [5.7]. На другому (що визначає) етапі відбору роль лікарського огляду зростає. Саме фахівці повинні визначити, у яких дітей і підлітків функціональний стан органів, систем організму відповідає або відповідатиме вимогам, що пред'являється сучасним футболом. На сучасному етапі розвитку футболу виразно виявляється значущість високого рівня фізичної підготовленості спортсменів. При відборі до занять футболом особливу увагу треба звернути на швидкість бігу і переміщень (важливі для звільнення від суперника, скоювання дій підопічного гравця, при всіх маневрах в атаці і захисті); швидкість дії з м'ячем; спритність (це складна рухова якість багато в чому визначає можливості футболіста в оволодінні складними технічними прийомами гри, а також ефективність використання власних функціональних можливостей в складних умовах занять і змагань); швидкісно-силові показники юних спортсменів (від них залежать швидкість бігу, стрибучість, до певної міри витривалість і, звичайно, якість маневру футболістів); витривалість до специфічної тренувальної і змагальної діяльності; гнучкість (високий її рівень створює передумови для успішного оволодіння деякими складними прийомами гри).

**Оцінка швидкості бігу.** Доцільно використовувати:

1. Біг з високого старту на дистанції 20 і 60 м. На короткому відрізку (20 м) виразно виявляється стартова швидкість ( $V_1$ ), а вона часто має вирішальне значення в техніко-тактичних діях футболістів. Стрімка ж пробіжка 60-метрового відрізку ( $V_3$ ) дозволяє атакуючим футболістам своєчасно (після зриву атаки) повернутися на свою половину поля для участі в організованих захисних діях, миттєво переходити від оборони до атаки, що створює сприятливі умови для нападу проти малих сил суперників на значному просторі.

2. Біг з м'ячем на відрізку 20 м ( $V_2$ ). Футболіст зобов'язаний зробити не менше трьох торкань м'яча, останнє – на завершальних 5 м (з 16 по 20 м).

3. Біг 60 м: перші 30 м без м'яча, другі – з м'ячем, не менше трьох торкань м'яча, останнє – не завершальних п'яти метрах ( $V_4$ ).

Оцінка швидкісних здібностей ( $V_{шз}$ ) дітей і підлітків дається на підставі результатів, показаних в бігу на 20 і 60 м:  $V_{шз} = V_1 + V_3$ .

Для оцінки здатності управляти м'ячем на граничній для кожного футболіста швидкості бігу слід відняти з суми часу пробіжки 20- і 60-метрових відрізків з м'ячем суму часу подолання цих дистанцій без м'яча, тобто  $V_{шз} = (V_2 + V_4) - (V_1 + V_3)$ . Швидкісні можливості дітей, підлітків тим вище, чим менше  $V_1 + V_3$ .

**Оцінка витривалості** При оцінці витривалості підлітків доцільно використовувати комплексне випробування, що включає вправи, що характеризують швидко-силові якості і спритність спортсмена. Зразкове комплексне випробування: 1) розминка (10 хв): вправи в русі (ходьба, підскоки, біг з маховими рухами рук і ніг – 3 хв); нахили тулуба, махові рухи із залученням до роботи крупних м'язових груп – 4 хв.; гра в «Салки» – 1 хв., після неї повільний біг – 1 хв, два прискорення по 20 м (пауза між прискореннями – 20 сек), ходьба, вправи в розслабленні; 2) три удари по м'ячу (сильною ногою) на дальність; 3) п'ятірний стрибок з місця (2 спроба); 4) відразу після цього – «човниковий біг» (4х30 м), після нього повільний біг, ходьба 2 хв., вправи в розслабленні – 30 сек.; 5) п'ятихвилинний біг із завданням – втекти якнайдалі (тест Купера). Після бігу – ходьба, вправи в розслабленні – 2 хв.; 6) двостороння гра (30 хв. для 10-11-річних і 40 хв. для 13-14-річних). Відразу після гри повторно проводяться вправи 2, 3, 4, 5. Результати випробування (до двосторонньої гри і після неї) заносяться в протокол. При оцінці витривалості до специфічної діяльності слід брати до уваги: результат д, а також різницю в результатах 2, 3, 4 до і після гри.

**Оцінка швидкості рухів, дій.** При оцінці швидкості важливі: швидкість дій з м'ячем, швидкість «стартова», швидкість реакції. Швидкість реагування на простий і ускладнений подразник вимірюється реакціометрами різної конструкції. Результати цих вимірювань беруться до уваги при прогнозуванні здібностей в спорті. Та все ж при відборі до занять футболом необхідно отримати інформацію про швидкість. Все це указує на те, що такі форми прояву швидкості, час рухової реакції, максимальна частота рухів, час одиночного руху, не мають нічого спільного із швидкістю виконання складнокоординованих рухових актів, що представляють інтерес для практики спорту. Звідси правомірно вважати, що швидкість специфічної дії є найбільш об'єктивним показником можливості футболістів у вирішенні складних рухових завдань.

Враховуючи, що випередження суперників на соті, тисячні долі секунди часто вирішують результати ігрових епізодів, змагань, а зволікання приводять до поразок, тренери повинні бути особливо уважні до цього показника при остаточному розподілі підлітків за здібностями до футболу.

**Оцінка швидко-силових показників футболістів** Серед багатьох форм прояву швидко-силових якостей найбільш поширеними вважаються стрибкові вправи. Цим, ймовірно, і пояснюється, що для оцінки рівня розвитку швидко-силових якостей найчастіше використовуються показники стрибучості. У специфічній діяльності футболістів високий рівень стрибучості створює сприятливі передумови для успішного вирішення атакуючих і оборонних завдань. Ось тому-то доцільно використовувати як контрольні наступні вправи: 1) підскік з місця поштовхом двох ніг; 2) стрибок в довжину з місця; 3) п'ятірний стрибок в довжину з місця; 4) метання набивного м'яча двома руками із-за голови (вага м'яча – 3 кг). Висоту підскоку можна вимірювати різними способами, найдоцільніше – за допомогою стрічкопротяжного механізму В.М. Абалакова. З трьох спроб враховується кращий результат. Стрибок в довжину з місця виконується з трьох спроб, враховується кращий результат.

П'ятірний стрибок з місця виконується з тієї ж стійки, що і при стрибку з місця. Футболіст стрибає на одну ногу (будь-яку), потім на другу, на першу, другу і першу. З трьох спроб в залік приймається кращий результат. Метання набивного м'яча виконується відповідно до правил кидання м'яча із-за бічної лінії. З трьох спроб в залік приймається кращий результат. Загальна сума очків, набраних в контрольних вправах підлітками, характеризує, до певної міри, їх швидко-силові якості.

**Оцінка спритності.** Спритність виявляється особливо спортсмена майстерно володіти своїми рухами, уміло управляти ними, добре орієнтуватися в новій обстановці, швидко освоювати складні по координації рухи. Особливе значення має спритність у видах спорту з постійно змінними умовами боротьби.

**Оцінка спритності в переміщеннях.** З високої довільної стійки футболіст повинен: гранично швидко пробігти 15 м (А-Б) приставними кроками вправо (вліво), потім, обернувшись до стійки В, обігти три стійки (першу зліва) і, обернувшись за стійкою В, фінішувати. Результати оцінюються в секундах. Секундомір включають при команді «Марш», зупиняють в момент перетину футболістом лінії фінішу. Спортсменам дається три спроби, в залік приймається кращий результат.

Оцінивши умовно результати вище 13 сек. У 0,5 очка (від 13,1 до 13,5 сек. – 0,4; від 13,6 до 14,0 сек. – 0,3; від 14,1 до 14,5 – 0,2; від 14,6 до 15,0 – 0,1 очка), ми маємо можливість порівняти підлітків за кількістю очок, набраних у випробуванні спритності. **Оцінка спритності в обігу з м'ячем.** Футболістові дається завдання: підкинути м'яч над головою, виконати три удари по м'ячу головою (жонглювання), третім ударом послати м'яч на ногу і, не даючи опуститися м'ячу на майданчик, 4 рази підряд підбити його вгору (жонглювання) по черзі однієї, іншою ногою, а п'ятим ударом послати м'яч в гандбольні ворота, які розташовані на відстані 10-12 м від лінії старту. Результати виконання контрольної вправи оцінюються в очках. За кожен удар по м'ячу головою, ногою футболістові нараховується 0,1 очка, за попадання м'ячем в ціль – 0,3 очка (при дотриманні умов виконання вправи). Якщо вправа виконується не повністю, оцінюється правильно виконана частина. Футболістові дається три спроби, враховується кращий результат. Загальна кількість очок, набраних в двох контрольних вправах, і

характеризує спритність футболіста.

**Оцінка гнучкості.** Ефективність здійснення багатьох технологічних прийомів гри, наприклад, ударів по м'ячу ногою і головою, захисних дій, хитрощів, залежить від еластичності м'язів, рухливості в суглобах, розмаху, амплітуди рухів. Це підтверджується аналізом деяких прийомів гри з позиції біомеханіки. Враховуючи, що до 17-18-річного віку футболіст повинен упевнено володіти прийомами гри, вільно, раціонально і творчо застосовувати їх в складних змагальних умовах, стає очевидним, що до розряду перспективних в першу чергу слід віднести тих підлітків, які швидше за інших освоюють будь-які по складності технічні прийоми гри, випереджають останніх під час вирішення тактичних завдань. При вивченні і оцінці цієї здатності можна застосовувати методи *спостережень, контрольних вправ і експерименту*.

**Спостереження.** Завдяки систематичного запису результатів спостережень за підлітками можна встановити терміни оволодіння кожним футболістом конкретними технічними прийомами гри і тактичними діями. Оцінивши умовно результати 10 підлітків, що швидше інших оволодівають основними технічними прийомами, в 0,75 очка, тактичними діями 0,25 очка, результати наступних 10 підлітків відповідно в 0,65 і 0,2 очка, а останніх (далі 20-го місця) – відповідно в 0,15 т 0,01 очка, тренери за допомогою ранжирування учасників відбору дістають можливість порівнювати футболістів не тільки за здібностями навчатися техніко-тактичним прийомам гри, але і по темпах зростання цієї здатності.

**Контрольні вправи,** за допомогою яких можна простежити за якістю оволодіння тим або іншим технічним прийомом гри.

1. Ведення м'яча на відрізок 30 м. З високого старту футболіст повинен як можна швидше подолати відрізок шляху, зробивши при цьому не менше трьох торкань по м'ячу (останнє з 20 по 30 м дистанції). З двох спроб в залік приймається кращий результат.

2. Удари по м'ячу ногою на дальність. Удари проводяться по нерухомому м'ячу підйомом правої і лівої ноги (по два удари кожній). У залік футболістові йдуть кращі результати (правою, лівою). Сума дальності польоту м'яча в метрах і характеризує якість виконання вправи.

3. Удари по м'ячу в мету. Проводяться по нерухомому м'ячу підйомом з лінії штрафного майданчика (16,5 м) у ворота, розділені на три частини двома вертикальними стійками (середня частина 3 м 32 см, крайні, – по 2 м). М'яч повинен перетнути лінію воріт льотом. За попадання м'ячем в крайні частини воріт футболістові нараховується 3 очки, в середню частину – 2 очки, в штангу – 1 очко. Кожен футболіст б'є в мету п'ять разів. У залік приймається загальна сума очок.

4. Комплексна вправа. Вона включає удар по м'ячу головою, прийом м'яча і ведення з обведенням чотирьох стійок. Вся вправа виконується на відрізок 30 м. Футболіст підкидає м'яч над головою, не нижче 2 м, ударом головою посилає м'яч вперед, приймає його будь-яким способом, обводить стійки і, фінішуючи, повинен зупинити м'яч ногою за лінією фінішу. Секундомір включається в момент, коли м'яч торкнеться голови, зупиняється в момент припинення руху м'яча за лінією фінішу. І тут слід оцінити результати в очках. Це дозволить зіставити всіх учасників відбору за якістю виконання контрольних вправ в техніці володіння м'ячем.

Хорошим методом вивчення швидкості оволодіння підлітками технічними прийомами гри є **експеримент** (випробування), в якому юним футболістам пропонується щонайшвидше освоїти незнайомий для них технічний прийом. Для цієї мети можна рекомендувати:

1. Удар по м'ячу п'ятою (м'яч котиться перед футболістом, він ставить ногу попереду м'яча на 20-30 см, робить крок другою ногою вперед, переносить на неї тяжкість тіла (в цей час м'яч наближається до п'яти ноги, що стоїть позаду) і ударяє по м'ячу п'ятою).

2. Удар по м'ячу, що тільки що відскочив (з пів-відльоту). Футболіст підкидає перед собою м'яч і завдає удару по м'ячу, що тільки що відскочив від землі.

Кожен технічний прийом показується підліткові три рази підряд з короткими коментарями тренера про техніку удару. Потім футболістам пропонується по чотири рази підряд виконати кожен прийом без поправок тренера. На чотирьох подальших тренуваннях випробування повторюється. При реєстрації результатів виконання прийому кожна успішна спроба (удар виконаний правильно) оцінюється в 0,05 очка. Кожен футболіст за п'ять тренувань повторює обидва прийоми по двадцять разів, а це означає, що при успішному виконанні всіх спроб він може отримати 2 очки.

Оцінка здатності підлітків навчатися новим технічним прийомам футболу дається на підставі кількості очок, набраних кожним футболістом в результаті спостережень, контрольних вправ і експерименту, пов'язаного з оволодінням незнайомим прийомом гри.

## ВИСНОВКИ

1. Ефективність відбору багато в чому залежить від вибору методів прогнозування завдатків, здібностей до занять футболом і, звичайно, від надійності і прогностичної цінності методик. Звідси витікає, що кожна методика повинна характеризувати конкретну якість особи, функцію, без якої неможливо або важко оволодіти специфічною діяльністю і показувати в ній високі спортивно-технічні результати.

2. Для отримання корисної і, по можливості, об'єктивної інформації про здібності кожного підлітка доцільно застосовувати комплекс методів дослідження.

3. Не дивлячись на те, що до футболу придатні майже всі діти і що майже кожен з них при серйозному відношенні до занять в змозі оволодіти основами гри, лише небагато проявляють високу обдарованість, талановитість в навчанні футболу, показують достатню бойовитість і перешкодостійкість в ігровій обстановці.

#### **ЛІТЕРАТУРА**

1. Вихров К.Л. Физическая подготовка юных футболистов / К. Л. Вихров - 2000. – 44 с.
2. Вихров К.Л., Догадайло В. Педагогический контроль в процессе тренировки / К. Л. Вихров, В. Догадайло - 2000. – 66 с.
3. Волков Л.В. Теория спортивного отбора: способности, одаренность, талант / Л. В. Волков – К.: Вежа, 1997. – 128 с.
4. Голомазов С.В., Чирва Б.Г. Теория и методика футбола. Техника игры / С. В. Голомазов, Б. Г. Чирва - СпортАкадемПресс, 2002. – 472 с.
5. Зеленцов А.М., Лобановский В.В. Моделирование тренировки в футболе / А. М. Зеленцов, В. В. Лобановский - АльтПресс, 1998. – 212 с.
6. Шибыльский В., Лысенчук Г. Программирование процесса тренировки футболистов Индивидуализация в процессе спортивной тренировки. Научный ежегодник. – Гданск: AWF, 2002.- 11. – 109-118 с.
7. Fiatarone M. A., Marks E. C., Ryan N. D Meredith training in nonagenaries. Effects on skeletal muscle // J. of Americ. Med Association – 1990 – 263 – P. 3029 – 3034.
8. Harre D Kraftfahigkeit // Trainingswissenschaft – Berlin: Sportverlag, 1994 – P. 159 – 167.
9. Pfeifer H., Harre D Fundamentals and principles of endurance training // Principles of Sports Training – Berlin: Sportverlag, 1982 – P. 108 – 124.
10. Platonov V. N., Bulatova M. M. Preparacion fisica – Barselona: Paidotribo, 1993 – 408 p.
11. Schnabel G., Harre D Borde A. Trainingswissenschaft, Leistung, Training, Wettkampf – Berlin: Sportverlag, 1995 – 556 s.

**Василенко М.М.**

**Національний університет фізичного виховання і спорту України**

#### **ДИСЦИПЛІНА «ПСИХОЛОГІЯ ДІЯЛЬНОСТІ В СФЕРІ ФІТНЕСУ ТА РЕКРЕАЦІЇ» ЯК СКЛАДОВА ЗМІСТУ ПІДГОТОВКИ МАЙБУТНЬОГО ФІТНЕС-ТРЕНЕРА У ВИЩОМУ НАВЧАЛЬНОМУ ЗАКЛАДІ**

У статті здійснено спробу обґрунтування необхідності вивчення психологічних дисциплін професійно-прикладного змісту як складової професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у вищій школі. На основі теоретичного аналізу виявлено вимоги до переліку спеціальних компетентностей фітнес-тренера. Подано перелік дисциплін відповідного змісту, які закордоном запропоновані вищими навчальними закладами в рамках професійної підготовки фітнес-тренера. Наведено фрагмент програми дисципліни «Психологія діяльності в сфері фітнесу та рекреації».

**Ключові слова:** вища освіта, фітнес-тренер, професіограма, комунікативна компетентність, психологічна компетентність.

**Василенко М.Н. Дисциплина «Психология деятельности в сфере фитнеса и рекреации» как составляющая содержания профессиональной подготовки будущего фитнес-тренера в высшем учебном заведении.** В статье предпринята попытка обоснования необходимости изучения психологических дисциплин профессионально-прикладного содержания как составляющей профессиональной подготовки будущих фитнес-тренеров в высшей школе. На основе теоретического анализа были выявлены требования к перечню специальных компетенций фитнес-тренера. Приведен перечень дисциплин соответствующего содержания, предлагаемых зарубежными высшими учебными заведениями в рамках профессиональной подготовки. Представлен фрагмент программы дисциплины «Психология деятельности в сфере фитнеса и рекреации».

**Ключевые слова:** высшее образование, фитнес-тренер, профессиограмма, коммуникативная компетентность, психологическая компетентность.

**Vasilenko M.M. Discipline «Psychology of practice in the field of fitness and recreation» as part of the content of training future fitness trainer at the high school.** This article presents an attempt to substantiate the necessity of studying the disciplines with psychological professionally-applied content by future fitness trainers. Based on the theoretical analysis, it was revealed to the list of requirements specific competencies fitness trainer. Among them are not only skills and knowledge in a particular field of knowledge, but also the presence of high motivation to «client-oriented» activities. At the same time, noted that there is a problem of quality of fitness services and a tendency to revise the content of education for future fitness trainers (which is mainly focused on the motor and methodological